

# GUISOS

## POTAJE

### INGREDIENTES:

- Garbanzos
- Habichuelas
- Acelgas
- Chirivía (1)
- Calabaza
- Judías Verdes
- Cebolla (1)
- Tomate
- Aceite y Sal
- Harina
- Pimentón dulce

En una olla se echan los garbanzos, las habichuelas, las acelgas, las judías, las calabaza y la chirivía y se ponen con agua a hervir.

En una sartén con el aceite se hace un sofrito con la cebolla y el tomate, una vez frito se le agrega una cucharada de harina y fuera ya del fuego una cucharadita de pimiento molido.

Este preparado se vierte sobre la olla y se sigue hirviendo todo junto aproximadamente una hora



Receta de:  
Conchita Baeza Ramón